



A partire dalla prima settimana di Marzo
saranno attivi i corsi di Nordic Walking.

Il Nordic Walking è uno sport adatto a tutti che si pratica
all'aria aperta, è divertente e poco costoso.

Per i pazienti del C.U.R.I.A.M.O. non costerà nulla, grazie alla
disponibilità dei tre istruttori qualificati.

I corsi si svolgeranno con ritrovo nel piazzale antistante al centro
C.U.R.I.A.M.O., nei seguenti orari:

Gruppo Vincenzo Besti

Martedì e Venerdì 14 - 16

Gruppi Marco Chionchio e Cristina Aiello

Lunedì e Giovedì 15 - 16.30

Mercoledì e Sabato 15 - 16.30

Per partecipare iscrivetevi in segreteria.

Come abbigliamento vi consigliamo delle scarpe da trekking o da corsa,
inizialmente i bastoncini saranno forniti dagli istruttori.